

農山漁村の暮らしに、出会おう。

2021年

秋号



ふれあい

食の一景

福島県泉崎村

ぼくらと農山漁村

継続を地域の力に

四季祭々

民俗芸能Now!in東北



一般社団法人 全国農協観光協会

<https://www.znk.or.jp/>



東京都練馬区で

伝統野菜！

冬の江戸東京野菜と企画準備

全国農協観光協会は毎年12月に「江戸東京野菜」の食育探訪企画を開催しています。講師を務める東京都練馬区の渡戸秀行さんに栽培やイベント準備についてお話を伺いました。



昨年の体験の様子(それぞれの野菜の歴史を聞きます)



亀戸ダイコン収穫の様子



農家の渡戸秀行さん



人気の野菜直売所「ファーム渡戸」

全国農協観光協会が毎年主催している「江戸東京野菜を学ぶ」は、江戸文化を継承する江戸東京野菜に関心のある都市住民が畑に集まり、江戸東京野菜にまつわるお話を聞きながら、野菜を収穫し、みんなで山分けして楽しく学んでいただく企画です。渡戸さんが発案して5年間にわたり講師を務めています。

渡戸さんは、1・3畝(うちハウス10畝)、野菜や小麦を育てており、作付け野菜は全部で30種類ほど。直売所「ファーム渡戸」で庭先販売しています。江戸東京野菜は練馬ダイコン、品川カブ、内藤トウガラシなどを育てています。



江戸東京野菜の「内藤トウガラシ」を乾燥させる渡戸さん

ほしい。江戸東京野菜は秋以降に取れる野菜が多く、イベント開催時には多くの種類のおいしい野菜が楽しめる」と話しています。

渡戸さんは今年も12月の企画開催に向け、収穫用の野菜の種をまくなど準備を始めていました(取材は9月上旬)。種をまいてから収穫するまでにはダイコンなら85日、カブは60〜70日と品目によって違うため、収穫日から逆算して綿密な計画が必要でした。それでも天気によって早まったり、遅くなったり。天候も考えながら種をまき、栽培管理で調整します。

昨年はコロナ対策を十分に考慮しながら開催。収穫する時間をずらすなど密にならないよう体験しました。渡戸さんは「今年もコロナ禍で厳しい状況が続いている。ルールを守りながらぜひ楽しんでほしい。江戸東京野菜は秋以降に取れる野菜が多く、イベント開催時には多くの種類のおいしい野菜が楽しめる」と話しています。



企画のご案内

江戸東京野菜を学ぶ ～伝統野菜・都市農業にふれよう～

12月12日(日)に東京都練馬区平和台で「江戸東京野菜を学ぶ」を開催します。江戸東京野菜ミニ講座、収穫体験、「すずしろ汁」の試食などを予定しています。

詳しくは本会ホームページをご覧ください。



江戸東京野菜とは…

江戸時代から昭和中期に東京近郊で作られ、地域住民の食生活を支えてきた伝統野菜です。大半が自家採種でタネをとる固定種で、味や形も個性豊か。現在50品目が登録されています。

(一社)全国農協観光協会は日本の農業を守り、豊かな食文化をつなぐために、全国で都市と農村の交流事業を行っています。地域農業を応援する「快汗!猫の手援農隊」や移住・就農のきっかけをつくる「田舎暮らし体験」、食文化を学ぶ「田舎でいいね!食育探訪」など、季節に合わせて多彩な企画を実施。農山漁村が持つ魅力を味わっていただいています。

(一社)全国農協観光協会web
<https://www.znk.or.jp/>



← 募集中の情報は22ページに！

10月下旬~12月に
収穫を迎える

江戸東京野菜を使った おすすめレシピを紹介します!

レシピ
考案

江戸東京野菜コンシェルジュ協会理事 上原恭子さん



品川カブの味噌バター

材料(4人分)

品川カブ……………300g
品川カブの葉っぱ…50g
バター……………大さじ1

【A】〔みりん…大さじ1
味噌…大さじ1強

- ① 品川カブは大きさによって縦に2等分または4等分してから小さめの乱切りにし、水から入れて沸騰してから2~3分ゆでて水にさらし、水気をよく切る。
- ② 品川カブの葉っぱはさっとゆでて、1センチ幅に切り水気を絞る。
- ③ 熱したフライパンにバターを溶かし、①を加え少し焦げめがつくくらいに炒めて②を加える。
- ④ ③に【A】を加えて混ぜ、全体がなじんだら火を止める。

※使用する味噌によって味わいが変わるので、味噌とみりんの量は加減してください。

フライド練馬ダイコン

材料(2人分)

練馬ダイコン……………200g

【A】〔しょうゆ……………大さじ1
おろしニンニク…小さじ1/2

塩……………少々

小麦粉……………大さじ1

片栗粉……………適量

揚げ油……………適量

- ① 練馬ダイコンは皮ごと長さ6センチで1センチ角の棒状に切る。
- ② ボウルに①と【A】を入れて全体を混ぜ、30分おく。
- ③ ②の水気を捨て塩少々を混ぜ、小麦粉を混ぜ合わせてから、多めの片栗粉をまぶす。
- ④ ③を170~180℃に熱した揚げ油で表面がカリッとなるくらいに揚げる。

※表面はカリッと中はホクホクになりますが、水分が出やすいので揚げたてをお召し上がりください。



ごせき晩生小松菜の塩焼きそば

材料(2人分)

豚バラ肉スライス……………100g

サラダ油……………小さじ1

焼きそば用麺……………2袋

ごせき晩生小松菜……………150g

【A】〔酒……………小さじ2

塩・胡椒……………各適量

ごま油……………小さじ1

- ① 豚バラ肉スライスは2~3センチ幅に切る。
- ② ごせき晩生小松菜は3センチ長さに切る。
- ③ 熱したフライパンにサラダ油を入れ①を火が通るまで炒め、焼きそば用麺を加える。
- ④ ③の麺が少しほぐれたら②を加えて炒め、小松菜に火が通ったら【A】を上から順に入れて味を整え、全体になじんだら火を止める。

